

産前産後うつをケア「みちかけプロジェクト」 補助はお金だけじゃない 「行政とタッグ」が信頼に

初提案の団体を
インタビュー!!

妊産婦の1割以上がなるといわれる産前産後うつは、社会的な課題です。うつを経験者との座談会を通じて、妊産婦のつながりづくりや外出のきっかけにしている団体に話を聞きました。

「当事者同士だけ」が安心感に

「きっかけはある母親の一言でした」。代表の池田彩さんは、お母さん業界新聞ちっこ版の編集長です。月1回の新聞を折りながらのおしゃべり会で、一人が産後うつの経験を告白。すると、何人もが「私も」と続いたそう。「こんなに身近な問題なんだと痛感しました」。仲間ができて、薬を飲まなくてよくなったという話を聞き、「ここに来れないほど悩んでいる人が、安心できる場を」と、プロジェクトを始めました。

今年度、補助制度に初提案。昨年7月から3月まで月1回、2時間の座談会を開いています。進行役は、産前産後メンタルヘルスマッチャーの大坪香織さん。彼女も産前産後うつの経験者です。「当事者だけでつくる場は全国的にも珍しい。家族や友人、近所の人には話せないプライベートな悩みも、同じ立場だと話せるんです」と大坪さんは話します。

飛び込み営業の勇気が出た

「この活動は広がりが大切。そのために信頼が欠

かせません」と池田さん。この補助制度を使おうと思った理由はそこにありました。「場をつくっても、必要としている人にその情報が届かないと意味がありません。だから、産婦人科や精神科など、産後うつの人と接する医療機関の協力が必要なんです。活動が制度に採択されると、市と協働しているということが形になって、単に一人の母親だけがやっているのではないと分かってもらえる。面識の無い病院に飛び込みで入る勇気が持てました」。

必要な人に届けたい

池田さんは「もっと信頼の輪を増やしたい」と話します。「病院から私たちを紹介してもらわずに、私たちが信頼している医療機関を参加者に紹介できるという、双方向の信頼を大事にしたいです」。最近では同じような座談会を始めた病院との連携も生まれているそう。今後、企業などとの連携も視野に入れます。「周囲の理解が得られずに苦しんでいる人がたくさんいると思う。少しでも多くの人にこの取り組みを届けたいです」。



ある日の座談会の様子。会には基本的に匿名で参加します。家族との関係や協力体制などを具体的に話していました。



座談会には「季節の手仕事」を交え、楽しさも大切にします。この日は折り紙でこまづくり



託児サービスも用意。子どもたちは、くるるん「あそびのひろば」で楽しく過ごします



令和2年度「絆づくり補助金」の申請受付がスタート

やりたいことの一步を後押し

市民の皆さんが主体的に行う地域の課題解決やにぎわいづくりなどの活動に必要な費用を補助する「市民活動・絆づくり推進事業費補助金」の受け付けが始まります。

☎協働推進課 (☎0942・30・9064、FAX 0942・30・9706)

参考書籍や市民団体の情報をそろえる「市民活動サポートセンターみんくる」にはテーブルを備え、交流できるスペースも。さまざまな立場で活動をしている人が集まり、つながるきっかけが生まれています

市民協働のまち・久留米

「私たちのまちは私たちの手で」。久留米市は、市民の皆さんと行政が一緒にまちづくりを進める「協働のまち」を目指しています。地域の課題解決や、住みやすいまちをつくる市民活動を応援するため、市は「市民活動サポートセンターみんくる」を開設・運営しています。加えて、活動を始めたり、発展させたりするため、補助制度も用意。「市民活動・絆づくり推進事業費補助金」です。

対象は地域のための活動

この補助を受けられるのは、自治会や校区「コミュニティ組織」、NPO法人、ボランティア団体など。次のような活動が対象です。

- 1 思いやり活動
一人暮らしの高齢者の生活支援や、不登校児、障害のある子どもへの居場所づくりなど
- 2 安全安心活動
虐待防止の講演会や、ハザードマップを使った地域の自主防災活動など
- 3 持続的ににぎわいづくり活動
地域の伝統や歴史を生かした観光スポットづくりや、資源を生かした体験教室など

部門ごとに上限額を設定

補助の部門は三つ。市の施策に沿った内容であれば比較的自由に提案できる「活動推進部門」と、市総合計画や分野ごとの計画の具体的な事業と合わせて進めることで、相乗効果が期待できる「協働推進部門」。それと、校区での取り組みが対象の「校区まちづくり活動活性化部門」があります。補助上限は、活動推進が30万円、協働推進と校区まちづくりが100万円。募集期間は2月から11月まで。月一回受け付け、審査後に採択をお知らせします。

思い立ったらすぐやれる

活動推進部門の中に、始めたばかりの活動や初提案する団体が対象の「たねまき・チャレンジ枠」があります。12月までいつでも提案可能。タイミングを逃さずに、新たなチャレンジができます。補助上限は10万円です。申請の条件や補助対象費用、受付日程などは、市ホームページを見てください。



市ホームページは「市民活動・絆づくり推進事業」へ詳しくQRコード

知屋新聞明会

■会場・日程【みんくる】2月12日(水)、15日(土)、28日(金)、3月6日(金)、5月15日(金) 【北野生涯学習センター】3月11日(水) 【城島総合支所】3月18日(水) 【田主丸総合支所】4月10日(金) 【三瀬総合支所】4月17日(金) ■申込方法電話、ファクスで協働推進課に連絡。申込書は窓口、市ホームページ。時間などの詳細はQRコードから

補助の採択団体の皆さんと円卓を囲んで意見交換を行います。
■日時 2月24日(水) 14時～16時30分 ■みんくる ■定員 30人・先着順 ■申込開始 2月8日(土) 10時 ■申込方法 氏名、所属、電話番号を連絡。託児は2月14日(金)までに連絡 ■申込先 みんくる (☎0942・30・9067、FAX 0942・30・9068)

活動報告会

池田彩さん

大坪香織さん